

**BENJAMÍN MARTÍN SÁNCHEZ**  
**Canónigo de la S.I. Catedral de Zamora**

## *¿Por qué no te confiesas?*

Debes confesar y comulgar.  
Medita sobre las razones que te doy.

**con licencia eclesiástica**

**Editorial**  
**APOSTOLADO MARIANO**  
**Recaredo, 44 – 41003 SEVILLA**  
**Tel.: 954 41 68 09 – Fax: 954 54 07 78**  
**[www.apostoladomariano.com](http://www.apostoladomariano.com)**

Con licencia eclesiástica

Depósito legal: SE. 4.364-2012

ISBN: 978-84-7770-074-6

Impreso por: Impresos y Revistas, S. A. (Grupo IMPRESA)

Impreso en España / Printed in Spain

## ¿POR QUÉ NO TE CONFIESAS?

A los que leyeren

*A ti y a los que tomen este pequeño libro en sus manos, os aconsejo que no dejéis de leerlo. Se ha escrito para vuestro bien, para instruiros conforme a las enseñanzas de la Iglesia.*

*Juan Pablo II insiste en que a todos se les ofrezca el perdón, y que Cristo se halla siempre dispuesto a perdonar.*

*Es preciso borrar a toda costa la realidad de la culpa, la realidad del pecado, y esto se consigue por la confesión sacramental.*

*La confesión sacramental no humilla, al contrario, dice el Papa que aumenta "la propia dignidad humana y manifiesta grandeza espiritual".*

*Jesucristo es el que ha dado poder al sacerdote de perdonar pecados, y por tanto cuando él absuelve es Cristo el que perdona.*

*Cuando alguien se acerca con buenas disposiciones al Sacramento de la penitencia es un momento de alegría para el propio penitente y para todos. Los ángeles y los santos gozan. Lo dice el Señor: "Habrá más alegría en el cielo por un solo pecador que se convierta que por noventa y nueve justos que no tengan necesidad de conversión" (Lc. 15,7).*

*"Por el Sacramento de la penitencia se recon-*

*cilian los pecadores con Dios y con la Iglesia... y luego son introducidos a la Eucaristía en la que se contiene Cristo mismo, que da vida a los hombres'' (PO. 5).*

*Acércate con fe y confianza a ambos sacramentos. Dios te espera.*

**Benjamín MARTIN SANCHEZ**

Zamora, 31 marzo 1986.

## LA CONFESIÓN DE LOS PECADOS

### El sacramento de la penitencia o confesión

Aquí entendemos por penitencia el sacramento instituido por Jesucristo para perdonar los pecados cometidos después del bautismo.

Este sacramento se llama también «confesión» por ser necesario confesar los pecados para recibir el perdón (OT. 5).

La confesión de los pecados es un dogma católico fundado en palabras claras y precisas del mismo Jesucristo con las que transmite a los apóstoles y en ellos a la Iglesia (o sea, a los Obispos y sacerdotes) el poder de perdonar y retener los pecados y de ejercer la misericordia de Dios.

Jesucristo instituyó la confesión con estas palabras:

*Recibid el Espíritu Santo; a quienes perdonareis los pecados, les serán perdonados; y a quienes se los retuviereis, les serán retenidos (Jn. 20, 21-23).*

A los apóstoles y sucesores les dijo también: *En verdad os digo: cuanto atareis en la tierra será atado en el cielo, y cuanto desatareis en la tierra será desatado en los cielos (Mt. 18,18).*

De aquí se infiere que para perdonar o retener los pecados y para atar o desatar las conciencias, es necesario conocer las faltas que se han cometido. Y ¿cómo poderlas conocer sin confesión?...

Al igual que un juez no puede formar juicio cabal sin conocer la causa para absolver a condenar, así el sacerdote confesor no podrá pronunciar sentencia alguna sobre los pecados, si no ha precedido una acusación.

Como en la confesión hay que manifestar los pecados para que se nos perdonen, veamos qué es pecado.

### **¿Qué es pecado?**

La Escritura Santa nos da esta definición: *El pecado es la transgresión de la ley de Dios* (1 Jn 3,4).

Pecado es oponerse a la voluntad de Dios que se nos manifiesta en sus mandamientos: Dios dice: «Ama a tu prójimo, santifica las fiestas, no robes, no mates, no cometas acciones deshonestas...». Si tú respondieras: «No quiero cumplir estos mandamientos», entonces cometes un pecado.

En consecuencia: Pecado es toda desobediencia voluntaria a la ley de Dios.

### **¿Qué es pecado mortal?**

Es decir, hacer, pensar o desear algo contra la ley de Dios en materia grave; y materia grave es: blasfemar, no asistir a Misa los domingos y días festivos, cometer actos deshonestos, etc... (De estos pecados tendrás que confesarte, si los has cometido).

Se llama «mortal» porque causa la muerte al alma, al quitarle la gracia santificante, que es su vida sobrenatural.

Las condiciones del pecado mortal son: materia grave, plena advertencia a la gravedad de lo

mandado o prohibido, y pleno consentimiento de parte de la voluntad.

## **Necesidad de la confesión**

El Concilio de Trento nos lo dice así: «Es tan necesario el sacramento de la salvación de los que han caído (en pecados graves) después del bautismo, como lo es el bautismo para los que no lo han recibido... La confesión sacramental es necesaria por derecho divino para la salvación».

Como el «ministerio de la reconciliación» lo ha confiado Dios a los sacerdotes (2 Cor 5,18) y a ellos les ha dado el poder de perdonar los pecados (Jn 20,23), por esta razón si queremos obtener el perdón de nuestras culpas debemos confesarnos a los sacerdotes, y aunque la Iglesia ha dado el precepto de confesar los pecados mortales «al menos» una vez al año, y cuando uno está en peligro de muerte, y si se ha de comulgar, es necesario reconocer que su deseo es que nos confesemos y comulguemos con más frecuencia.

Veamos ahora las ventajas de una buena confesión, los pretextos de algunos para no confesarse y cómo debemos disponernos para la confesión.

## **Ventajas de la confesión**

Las ventajas de la confesión son muchas y excelentes:

1. Porque la experiencia nos dice que la mayor parte de los hombres que han caído en graves crímenes, tienen luego remordimientos, y cuando se han confesado han sentido una gran alegría, por reconocer que Dios les ha perdonado.

A los indiferentes en religión y a muchos negligentes en practicarla, se les ha visto satisfechos cuando se confiesan sus mujeres, sus hijos y sus criados, porque ven luego que les son más fieles, los que no les roban, los que les repetan y observan mejor la caridad.

2. Porque la confesión (y es una consecuencia de lo dicho), es un freno contra el crimen, y ella hace reinar la buena fe, la justicia, el desinterés, la caridad fraterna, la pureza de costumbres y el bienestar en el hogar y en la sociedad.

3. Porque la confesión rehabilita al hombre cuando ha sido culpable y le instruye en los deberes de su estado dirigiéndolo por el camino de la virtud.

4. Porque la confesión cura, justifica y perdona toda clase de pecados, purificando y embelleciendo nuestras almas. Ella nos da paz, nos cierra el infierno y nos pone en el camino del cielo donde no entrará nada manchado.

Cuando al sacerdote, hombre de Dios, se le descubre el corazón, sin recelo, en el secreto del tribunal sagrado, él como defensor incorruptible de los derechos de Dios, y como amigo firme y sincero del culpable, es a su vez médico espiritual que aplica el remedio a sus llagas, indicando los medios para combatir el vicio, adquirir la virtud y así permanecer en gracia o amistad divina. Si tú conocieras la hermosura de un alma en gracia, no querías permanecer jamás en pecado mortal.

### **Pretextos para no confesarse**

1.º *No creo en la confesión.* Si habláis así por ignorancia, debe tenerse lástima de vosotros y con-



viene instruiros; entonces creeréis... Si habláis así por impiedad, vuestro lenguaje prueba que vais por malos caminos y os exponéis a ser desgraciados temporal y eternamente. Si Dios os abandona es porque vosotros sois los primeros en alejaros de Él y de sus mandamientos.

2.º *La confesión es una invención de los hombres.* Ya he probado antes la divinidad de la confesión pues trae origen únicamente de Jesucristo. Si no fuera una fundación divina nadie se confesaría.

3.º *Los sacerdotes son hombres como los demás.* El Jefe del Estado, o el rey, un ministro, un juez son también hombres como los demás. Pero, cuando mandan o deciden alguna cosa ¿se miran sus decisiones o sus órdenes de la misma manera que se mirarían las decisiones o las órdenes de los hombres que no estuviesen revestidos de ningún carácter ni de ninguna autoridad? No es a todos los hombres, sino a sus discípulos legítimos, a quienes Jesucristo dijo: «*A quien perdonareis los pecados, le serán perdonados..., y lo que atareis en la tierra, será atado en el cielo...*». Este poder hace que en materia de administración de sacramentos, los sacerdotes no sean hombres como los demás fieles...

4.º *Sólo Dios puede perdonar los pecados.* Esto es verdad; pero es una prueba de que los sacerdotes que los perdonan, tienen los poderes de Dios, a quien representan y absuelven en su nombre. El sacerdote en el tribunal de la penitencia representa a Cristo, y cuando él dice: «Yo te absuelvo», es Cristo el que perdona.

5.º *Yo me confieso a Dios.* Es una cosa muy buena, pero no basta, porque es Dios el que quiere que te confieses a un sacerdote, y sin esto no hay perdón.

6.º *Es demasiado penoso confesarse.* No es así. Podrá decirse que es humillante para nuestro orgullo, ya que la confesión no es otra cosa que el relato sincero y completo de los desórdenes de nuestra vida: malos pensamientos y deseos, malas palabras, miradas, acciones y omisiones; pero Jesucristo que nos ama tanto es el que ha querido que nuestros corazones quedaran regenerados y limpios de toda mancha de pecado, y por eso ha establecido la confesión. Además podría causarnos gran temor y respeto si fuera un ángel el que nos confesara, pero es un pobre pecador, que puede pecar como nosotros y necesitar también indulgencia. La confesión *es fácil* porque Dios nos ofrece el perdón a condición de confesar en secreto nuestros pecados.

7.º *Sólo los ignorantes se confiesan.* Decid más bien que sólo dejan de confesarse los que ignoran sus más importantes deberes o los impíos. Y por cierto la ignorancia y la impiedad no son argumentos muy sólidos. Los Papas, los Obispos, los teólogos y grandes sabios y lumbreras de la Iglesia, se confesaban y se confiesan...

Muchos recordarán las vidas de los dos últimos Papas: Pío XII, Juan XXIII... por no citar a otros. ¡Con qué frecuencia se confesaban! Pío XII en su encíclica «*Menti Nostrae*» exhorta especialmente a los sacerdotes, aunque se tengan faltas muy leves, que se acerquen con frecuencia al sacramen-

to de la penitencia, obra maestra de la bondad de Dios. El que tienda a la perfección debe tener esto en cuenta, ya que en la confesión se purifican las almas, reciben mayores gracias y se disponen para no caer en pecados graves...

8.º *¿Qué dirá mi confesor, qué pensará de mi vida sembrada de debilidades y crímenes?* Vuestro confesor quedará edificado de vuestra humildad y sinceridad... *¿Qué dirá de mis caídas?* Dirá que es natural y frecuente el caer...; que todos estamos inclinados al mal, rodeados de enemigos, etcétera. Dirá y pensará que si Dios no os hubiese socorrido, habrías ido mucho más lejos por el camino del mal; y que, sin su gracia, no os vería hacer a sus pies la confesión de vuestros pecados, y dejar vuestra pesada carga. Bendecirá a Dios, y os animará a echaros en brazos de sus misericordia. El confesor no es un ángel, también es un pobre pecador que tendrá lástima de vosotros.

*¿Qué dirá vuestro confesor?* Quedará convencido de que sois un alma fuerte que desprecia los respetos humanos, y que vuestro valor, cuando tratéis de levantaros, es mucho mayor que vuestra pasada debilidad, cuando ibais de caída en caída.

9.º *No me atrevo a confesarme; tengo vergüenza.* Caer es en efecto vergonzoso: ocultar el pecado, guardarlo en el oración, lo es mucho más; pero levantarse con la confesión y el arrepentimiento, es un acto honroso ante Dios y los hombres... David, San Pablo, la Magdalena, San Agustín, etcétera ¿se han deshonrado acaso haciendo una confesión pública? Y la vuestra se hace en el más

profundo secreto... Además si tienes reparos el ir con un confesor, eres libre para ir a otro.

10.º *Pero ¿y si mi confesor violaba el secreto de la confesión?* La ley del secreto de la confesión es tan estricta, tiene tanta extensión que un confesor puede decir con San Agustín: «Lo que sé por la confesión me es menos conocido que lo que me es enteramente desconocido». El secreto de la confesión es de derecho natural, y Dios vela por él, pues «si no hubiese sido inviolable e inviolado, la práctica de la confesión no subsistiría ya».

Se han visto sacerdotes que apostataban, que perdían el juicio, etc.; pero jamás se sabe de ninguno que haya violado este secreto de la confesión.

11.º *Pero yo vuelvo a caer siempre.* La confesión no nos hace enteramente impecables. Por lo demás, si no os confesaseis seríais víctimas de más frecuentes y terribles caídas... Confesaos, confesaos más a menudo; vuestra negligencia sobre el particular es la principal causa de vuestras recaídas... El que suele caer en pecados graves, para vencer y vivir en gracia deberá poner los medios que están a su alcance y estos son: la confesión y la comunión frecuente, fortificar la voluntad o sea, hacer lo que está de su parte y *evitar las ocasiones del pecado*... trabajar, no estar ocioso... «querer es poder».

Los que se confiesan con frecuencia y suelen ir con las mismas faltas veniales al confesonario, no deben desanimarse, y deben pensar que así como el polvo cae todos los días en las casas y todos los días se barren, así sucede con las faltas veniales en el alma. ¡Qué fácil es un comentario sobre defectos que se ven, la falta de dominio en nuestro

genio, los choques entre caracteres diversos, y cosas por el estilo! Además lo perfecto está en el cielo. Si todas las semanas te mudas de ropa para limpieza del cuerpo, ¿por qué no hacerlo cada semana o cada quince días para la limpieza del alma o al menos cada mes? El ideal sería tener un confesor fijo que fuera director, que nos conociera bien y siguiéramos sus acetados consejos, siempre que viéramos que se interesaba por nuestra alma y nos encauzaba por el camino de la perfección. Por falta de un buen director fallan las vocaciones y el adelanto en la vida espiritual.

*12.º Los que se confiesan no valen más que los otros, no tienen las costumbres más puras; su carácter y su lenguaje son tan poco dignos de estimación, como el carácter y el lenguaje de los que no confiesan.*

Esto es falso. Todos los que caen en desórdenes empiezan por abandonar la confesión, y vuelven a acudir a ella cuando quieren cambiar de vida. Sin embargo, es verdad que algunas veces tal o cual persona que se confiesa no vale más que otra que no se confiesa; pero no han de tomarse los abusos de la confesión por la confesión misma.

A veces vemos que tal persona que comulga tiene ciertas faltas, pero notemos que más tendría si no comulgase. A un capitán que solía comulgar con frecuencia, le dijeron un día sus soldados: Mi capitán, veo que tiene Vd. mucho genio y comulga todos los días. «Es cierto, les replicó él, yo noto mi genio y comulgo, ¡qué sería si no comulgase!... os tiraría por la ventana». Esto quiere decir que somos frágiles, mas para perfeccionarnos de-



bemos acercarnos a los sacramentos y esforzarnos por ser cada vez mejores.

13.º *Me confesaría, y hasta me he confesado; pero mi confesor es demasiado severo: no me da la absolución cuando la deseo.* ¿Queréis hacer una buena confesión? No queráis erigiros en juez de vuestro Padre espiritual. Una absolución dada con ligereza es peligrosa para el que la da, inútil y muchas veces dañosa para el que la recibe.

Hay males profundos que no se curan con un medicamento demasiado flojo. Hay quienes encienden una luz a Dios en la mañana y en la tarde, una vez recibida la comunión encienden otra al diablo...; no se ve que tengan realmente contrición y buen propósito...

A veces se ha de negar la absolución o diferirla según los casos, vg. cuando se ha causado algún perjuicio grave al prójimo, ya en sus bienes ya en su honra, y no se quiere reparar según sus posibilidades, ni prometer hacerlo cuando pueden; cuando uno vive expuesto voluntariamente al pecado mortal, si no se aleja de la ocasión o cuando una persona no quiere dejar de ser ocasión próxima de pecado. Los pecadores públicos tampoco pueden ser admitidos a los sacramentos hasta que hayan reparado el escándalo que dieron, con una satisfacción conveniente; y no basta una promesa, es menester una verdadera reparación.

Las principales causas de la repugnancia que se experimenta hacia la confesión, suelen ser éstas: La ignorancia, la pérdida de la fe, las pasiones, los malos hábitos y la voluntad de no renunciar a ellos.

## ¿Cómo ha de ser nuestra confesión?

Ha de tener estas cualidades:

1.º *Humilde*. El penitente debe ser humilde en el modo de declarar sus pecados, no sólo exterior, sino sobre todo interiormente, como nos enseña el publicano en el Evangelio... La confesión no es un relato o una historia indiferente; es una declaración de nuestra culpabilidad, y que nos vemos movidos a hacerla por reconocer la necesidad que tenemos de la misericordia de Dios.

La confesión humilde excluye toda excusa y todo pretexto... No hay que achacar pecados a otros. Ver antes nuestra culpabilidad...

2.º *Sincera*. Es preciso confesar la falta tal cual es, sin aumentarla, ni disminuirla, ni disimular nada. Cualquiera que manifieste los pecados, bajo cuyo peso ande agobiado, se descarga de ellos... No ocultes pecados por vergüenza... No hagas confesiones sacrílegas... Si quieres que desaparezcan todos los remordimientos aunque te costase, al acercarte al confesionario di al sacerdote que te cuesta confesarte o que callaste unos pecados, y sin que le digas más, él te ayudará a quitar esa vergüenza y a que tu alma quede limpia de pecado y puesta en amistad con Dios. «*El que oculta sus pecados, diré con los Proverbios, nos prosperará, el que los confiesa y se enmienda alcanzará misericordia*» (28,13). La confesión sincera es la mejor disposición para obtener el perdón. El que no confiesa sus pecados, Dios los manifestará un día públicamente. Es preferible no confesarse, antes que confesarse mal.

3.º *Prudente*. Es preciso no acusarse más que

de las faltas propias y declararlas de modo que no se den a conocer los cómplices. No es sólo una imprudencia, sino un pecado contra la caridad y una maledicencia manifestar sin necesidad los pecados de otros...

4.º *Entera*. El que oculta un pecado mortal, aunque confesare otros, la confesión siempre será nula y sacrílega. Deben, pues, confesarse todos y cada uno de los pecados mortales de que nos acordemos después de un maduro examen y aunque los pecados veniales no sean materia necesaria para la acusación, son sin embargo materia suficiente para la absolución, siendo, por tanto, útil y más seguro declararlos, y porque pudiéramos exponernos a tomar por venial lo que es mortal...

Repetiré que es preferible no confesarse antes que confesarse mal ocultando pecados por vergüenza. El que calla pecados por vergüenza sale del confesonario con un pecado más de los que tenía y comete un sacrilegio.

### **¿Cómo disponerse para la confesión?**

Para disponerse uno bien a la confesión, son necesarias, como dice el Catecismo, cinco cosas:

1.ª *Examen de conciencia*, y deberá hacerse por los Mandamientos de la Ley de Dios, los de la Iglesia y los deberes propios... Mediante este examen el pecador reconoce sus pecados...

2.ª *Contrición de corazón*. Esta se da cuando, conocido el pecado se aborrece y se detesta...

3.ª *Propósito de enmienda*, o sea, tomar la resolución de no querer volver a pecar y cambiar de vida...



4.<sup>a</sup> *Confesión de boca*, o sea, declarar, como hemos dicho, con sinceridad y humildad los pecados al confesor...; pero no basta decirles, sino que es necesario esperar a que nos dé la absolución.

5.<sup>a</sup> *Satisfacción de obra*, esto es, satisfacer a Dios por el mal que se hizo mediante el cumplimiento de la penitencia impuesta por el confesor...

Cuando el pecador se dispone así a recibir el sacramento de la penitencia, entonces es cuando el sacerdote o ministro de la Iglesia pronuncia eficazmente su palabra de absolución.

*Un bello ejemplo de arrepentimiento* lo tenemos en el «hijo pródigo». Esta parábola tan conocida (Lc 15) se leerá y se desarrollará para que se vean los pasos que él dio para volverse a Dios, y así se acerque a recibir el sacramento de la penitencia.

1) *Hace el examen*: pasa hambre, piensa en su mala vida y vuelto en sí dice: «Cuántos jornaleros tienen abundancia de pan en casa de mi padre, y yo me muero de hambre».

2) *Contrición, o sea, arrepentimiento y a su vez propósito*. «Me levantaré e iré a mi padre... y se levantó y vino a su padre».

3) *La confesión y el perdón*: «Padre, he pecado contra el cielo y contra ti... y el padre se arrojó a su cuello y le besó...». Le perdonó y mandó hacer un banquete para festejar la venida de su hijo a la casa paterna.

*Cuando el sacerdote dice: «Yo te absuelvo»*, es como el abrazo de Dios, la manifestación de su amor. Entonces todo pecador se debe sentir de nuevo «hijo de Dios», y ya limpio de pecado y como renacido a su nueva vida, al igual que el día del bautismo, puede acercarse a comulgar.

## **La misericordia de Dios en la confesión**

El Concilio Vaticano II nos dice cómo la misericordia de Dios se refleja de un modo maravilloso en la confesión: «Los que se acercan al sacramento de la penitencia obtienen el perdón de la ofensa hecha a Dios por la misericordia de Éste, y al mismo tiempo se reconcilian con la Iglesia, a la que pecando ofendieron, la cual con caridad, con ejemplos y oraciones, les ayuda en su conversión (LG. 11).

He aquí un ejemplo digno de notarse. Es un caso que ocurrió hace ya muchos años con motivo de haber caído un libro mío titulado: «De pecadores a santos» en manos de uno que vivía lejos de esta ciudad y que hacía unos veinte años que no se confesaba. Al leer la página en que hablaba de la infinita misericordia de Dios, y en la que decía que todos nuestros pecados por grandes que fuesen, al confesarlos, venían a ser como una pajita arrojada en una inmensa hoguera que al punto desaparecían, esto le movió a preguntar por mí, y el día que se me acercó me dijo: «¿Es usted el que ha escrito este libro? Sí, le dije. Entonces añadió: «Hay en él una cosa que es la que me puede salvar: la misericordia de Dios descrita por Vd. ¿Tendría la bondad de oírme en confesión general?» Naturalmente, le dije: sí ahora mismo. Una vez confesado sus muchos pecados, al decirle que confiara en la misericordia de Dios que era mayor que sus miserias, se echó a llorar como un niño. Aquellas lágrimas eran de alegría pues me dijo después: «Padre, parece que se me ha quitado una losa de encima, un peso grande y ahora soy

feliz». Aprendamos todos a detestar lo malo que haya en nosotros confiando en la misericordia de Dios, que «no quiere la muerte del pecador», y «hace como que no ve nuestros pecados por espararnos a penitencia».

### ¿Se puede comulgar sin confesarse antes?

Muchos se extrañan ver hoy a tantos que comulgan y que apenas ven que se confiesen.

Para tener ideas claras sepamos que ninguno debe acercarse a la comunión si está en pecado mortal, porque cometería un grave sacrilegio.

(Ver lo que dice San Pablo de la *comunión indigna* al final de este libro. Los Santos Padres comentando las palabras que siguen: “*muchos mueren...*”, hablan de muertes físicas, que se manifestaban en medio de aquellos fieles en castigo de su profanación de la sagrada Eucaristía).

— Los que comulgan todos los días y viven con santo temor de Dios y faltas leves, estaría bien, como dijo Pablo VI, se confesaran al menos cada mes, porque así quitarían más la tibieza y comulgarían con más fervor.

### ¿Cómo confesarse?

Hay tres maneras de celebrar la confesión:

1) Confesarse con confesión y absolución individuales, como ha solido hacerse siempre.

2) Confesión individual después de una liturgia o celebración penitencial comunitaria, en la que, preparado, se acerca cada uno al confesor, dice sus pecados y recibe la absolución individual.

3) Confesión con la absolución colectiva, esto

es, cuando sin confesión específica de los pecados por la urgencia del peligro o por la imposibilidad de confesión individual se da la absolución colectiva, o sea, a todos de una vez, pero queda la obligación de confesarse individualmente cuando antes puedan.

(Véanse aclarados estos conceptos en las PALABRAS DEL PAPA, que figuran al final del libro).

### **¿Qué nos dice el Concilio Vaticano II al hablar de la penitencia?**

Nos dice que los que se acercan al sacramento de la penitencia obtienen el perdón de la ofensa hecha a Dios, por la misericordia de Este, y al mismo tiempo se reconcilian con la Iglesia, a la que pecando ofendieron, la cual con caridad, con ejemplos y oraciones les ayuda en su conversión (LG 11).

Sobre este Sacramento conviene tener presente:

1.º *Que la potestad de perdonar los pecados* la heredaron los obispos y sacerdotes de los apóstoles, porque Jesucristo instituyó los sacramentos para mientras dure la Iglesia, o sea, para *todos* los hombres y para *todos* los tiempos.

2.º *Que para que sea buena una confesión*, el que se confiesa debe decir *todos* los pecados que recuerde al confesor, tal como son a los ojos de Dios y con toda claridad para que el mismo confesor pueda juzgar bien el pecado y su gravedad.

3.º *Que el sacerdote representa en el confesionario a Jesucristo*, que vino a salvar a los pecadores, y por eso nadie se debe acercar a él con temor o vergüenza, sino con gran confianza en la mise-

ricordia de Dios que nos ofrece el perdón, y por tanto deberá confesarse bien, pues el que oculta o no confiesa por vergüenza algún pecado grave al confesor comete *un sacrilegio*, y es preferible no confesarse antes que confesarse mal.

Todos deben tener presente que Jesús en este sacramento nos perdona con gran misericordia y nos da su gracia o amistad divina.

*La Iglesia en tiempo de Cuaresma* nos invita especialmente a la penitencia y a las prácticas del ayuno y abstinencia, y a la frecuencia de los sacramentos de la confesión y la comunión.

### **Palabras de la absolución**

He aquí las que pronuncia el confesor sobre el penitente al acabarse de confesar:

«Dios, Padre misericordioso, que reconcilió consigo al mundo por la muerte y resurrección de su Hijo, y derramó el Espíritu Santo para la remisión de los pecados, te conceda por el ministerio de la Iglesia el perdón y la paz.

**Y YO TE ABSUELVO DE TUS PECADOS, EN EL NOMBRE DEL PADRE Y DEL HIJO Y DEL ESPÍRITU SANTO. AMÉN».**

*Dad gracias al Señor, porque es bueno.*

*Resp.: Porque es eterna su misericordia.*

*Perdonados son tus pecados.*

*Vete en paz.*

### **La contrición en general**

Por ser la «contrición» el elemento primero y más necesario del sacramento de la penitencia y condición indispensable para conseguir el perdón



de los pecados (Dz 987), nos interesa tener una idea clara de ella.

El Concilio de Trento la definió así: «Un dolor del alma y aborrecimiento del pecado cometido, juntamente con el propósito de no volver a pecar».

Las propiedades de la contrición saludable son:

— *Interna* (porque el pecado debe aborrecerse *no sólo con los labios*, sino de todo corazón, y manifestarse de algún modo al acusar los propios pecados).

— *Sobrenatural* (porque ha de hacerse con el auxilio de la gracia detestando el pecado por motivos sobrenaturales, vg., por ser ofensa de Dios y ser merecedor del infierno).

— *Universal* (porque debe extenderse a todos los pecados graves cometidos).

— *Máxima en el aprecio* (y se da cuando se detesta el pecado más que todo otro mal, es decir, como el mayor de los males).

## La contrición perfecta e imperfecta

La contrición *es perfecta* cuando nos arrepentimos de nuestros pecados por *amor* de Dios, es decir, por haberle ofendido a El, infinitamente bueno y digno de ser amado.

Y es *imperfecta* (llamada también «atrición») cuando procede de motivos inferiores a los de la contrición perfecta, esto es, por *temor* más bien al infierno y la fealdad del pecado en sí...

La *contrición perfecta*, por nacer de la caridad (con propósito de confesarse cuanto antes sea posible), perdona en el acto los pecados. Sabiendo el valor de esta contrición nadie debiera dormir

en pecado mortal, para que jamás le sorprenda en él la muerte.

### **Conclusión práctica**

*Teniendo la Iglesia el poder de perdonar los pecados por grandes que sean, debes confesarte confiando en la misericordia de Dios, que ofrece el perdón. No te avergüences de confesar tus pecados. Si tienes reparo con algún confesor vete a otro que te inspire mayor confianza. Arrepiéntete, o sea, detesta tus pecados para que Dios te otorgue el perdón de ellos.*

*Piensa que cuando el alma queda limpia de pecado siente una gran paz y alegría interior que no puede compararse con la alegría del mundo. Esa paz es obra de la gracia o amistad divina.*

## **LA SAGRADA COMUNIÓN**

**¿A quién recibimos en el sacramento de la comunión?**

Recibimos a Jesucristo, verdadero Dios y hombre, que está verdaderamente en el Santísimo Sacramento del altar.

Jesucristo empieza a estar presente en la Eucaristía en el momento de la consagración de la Misa.

Este sacramento lo recibimos para que sea mantenimiento de nuestras almas y nos aumente la gracia.

## **¿Cómo hemos de acercarnos a comulgar?**

Como Jesucristo está real y verdaderamente presente bajo las especies de pan y vino, según nos lo dice la fe (pues lo sabemos por las palabras de su promesa, de su institución y porque así nos lo enseña la Iglesia), debemos acercarnos a comulgar con estas condiciones:

1.º *En gracia de Dios*, esto es, sin pecado mortal, porque sino cometeríamos un gran sacrilegio, pues Jesucristo es toda santidad. Por tanto, el que haya caído en algún pecado mortal, no deberá acercarse a la comunión sin haberse confesado antes.

2.º *Con buena intención*, sabiendo a quien vamos a recibir.

3.º *Con fe viva*, fervor, humildad y modestia.

4.º *Observando el ayuno eucarístico*, que consiste en no haber comido ni bebido nada desde una hora antes de comulgar, exceptuando el agua, porque ésta no rompe el ayuno.

## **¿Qué ha prometido Jesucristo a los que comulgan?**

Les ha prometido la vida eterna: *«El que come mi carne y bebe mi sangre tiene la vida eterna y Yo le resucitaré en el último día»* (Jn. 6,54).

## **¿Qué dice San Pablo de la comunión indigna?**

*«Quien come el pan y bebe el cáliz del Señor indignamente, será reo del cuerpo y de la sangre del Señor... pues el que sin discernir come y bebe el cuerpo del Señor, come y bebe su condenación»* (1 Cor. 11, 27-29).



## **Significado de la palabra «Amén»**

La palabra “Amén” es una palabra hebrea que queda sin traducir en todas las lenguas y tiene dos significados. Si es al final del Padrenuestro u otras oraciones significa: “Así sea”, “así lo deseo”, “así se cumpla”.

Si es el “Amén” de la comunión, significa “*Así es*”. Por tanto cuando el sacerdote dice: “El cuerpo de Cristo” el que comulga debe decir “Amén” y darle a este “Amén” este significado: “Así es”, “es ciertamente el Cuerpo de Cristo”, “tengo por verdadero lo que acabo de recibir”. Equivale a un verdadero acto de fe.

### **¿Quién puede comulgar todos los días?**

El que se encuentre en estado de gracia y tenga recta intención (guardando el ayuno eucarístico) puede comulgar todos los días. Cuando tú comulgues, no salgas enseguida a la calle, permanece un rato en el templo dando gracias a Dios. Reza entonces despacio y con devoción al menos un Padrenuestro y un Avemaría.

### **Oración a la Virgen de Juan Pablo II**

Esperanza nuestra, míranos con compasión,  
enseñanos a ir continuamente a Jesús  
y, si caemos, ayúdanos a levantarnos,  
a volver a Él mediante la confesión  
de nuestras culpas  
y pecados en el Sacramento de la Penitencia,  
que trae sosiego al alma.

## PALABRAS DEL PAPA JUAN PABLO II

### 1) Eucaristía y Confesión

- Hay serias razones para extrañarse y abrigar algún temor, cuando en ciertas regiones se ve a tantos fieles recibir la Eucaristía siendo así que muy pocos se han acercado al sacramento de la reconciliación (Aloc. 1-IV-82).

- Pero queda en pie la advertencia de San Pablo: «*El que come y bebe sin discernir el Cuerpo del Señor, come y bebe su propia condenación*» (1 Cor 11, 29). «Discernir el Cuerpo del Señor» significa, para la doctrina de la Iglesia, predisponerse a recibir la Eucaristía con una pureza de espíritu que, en el caso de pecado grave, exige la previa recepción del sacramento de la Penitencia (Aloc. 18-IV-84).

- A quien desea comulgar debe recordársele el precepto: *Examínese, pues, el hombre a sí mismo* (1 Cor 11, 28). Y la costumbre de la Iglesia muestra que tal prueba es necesaria, para que nadie, consciente de estar en pecado mortal, aunque se considere arrepentido, se acerque a la santa Eucaristía sin hacer previamente la confesión sacramental.

### 2) Sed coherentes

Manteneos coherentes con el mensaje y la amistad con Jesús; vivid en gracia, permaneced en su amor, poniendo en práctica toda la ley moral, alimentando vuestra alma con el Cuerpo de Cristo, recibiendo periódica y seriamente el sacramento de la Penitencia (Mensaje, 30-VIII-80).

### 3) El único modo ordinario de confesarse

- La confesión individual e íntegra de los pecados con la absolución igualmente individual constituye el *único modo ordinario*, con el que el fiel, consciente de pecado grave, es reconciliado con Dios y con la Iglesia. De esta ratificación de la enseñanza de la Iglesia, resulta claramente que *cada pecado grave debe ser siempre declarado*, con sus circunstancias determinantes, *en una confesión individual*.

- En cambio, *la reconciliación de varios penitentes con confesión y absolución general reviste carácter de excepción* y por tanto no queda a la libre elección. (...) *Ésta no puede convertirse en forma ordinaria* y no puede ni debe usarse si no es «en casos de grave necesidad», quedando firme la obligación de confesar individualmente los pecados graves antes de recurrir de nuevo a otra absolución general. (...) Esta posterior confesión íntegra e individual de los pecados, debe hacerse lo antes posible.

### 4) Confesor fijo

- Es necesario comprender la importancia de tener un confesor fijo a quien recurrir habitualmente: él, llegando a ser así también director espiritual, sabrá indicar a cada uno el camino a seguir para responder generosamente a la llamada a la santidad (Aloc. 4-XII-81).

### Breve examen de conciencia

1. ¿He dudado o negado las verdades de la fe católica?

2. ¿He practicado la superstición o el espiritismo?
3. ¿Me he acercado indignamente a recibir algún sacramento?
4. ¿He blasfemado? ¿He jurado sin necesidad o sin verdad?
5. ¿Creo todo lo que enseña la Iglesia Católica?
6. ¿Hago con desgana las cosas que se refieren a Dios?
7. ¿He faltado a Misa los domingos o días festivos? ¿He cumplido los días de ayuno y abstinencia?
8. ¿He callado en la confesión por vergüenza algún pecado mortal?
9. ¿Manifiesto respeto y cariño a mis padres y familiares?
10. ¿Soy amable con los extraños y me falta esa amabilidad en la vida de familia?
11. ¿He dado mal ejemplo a las personas que me rodean? ¿Les corrijo con cólera o injustamente?
12. ¿Me he preocupado de la formación religiosa y moral de las personas que viven en mi casa o que dependen de mí?
13. ¿He fortalecido la autoridad de mi cónyuge, evitando reprenderle, contradecirle o discutirle delante de los hijos?
14. ¿Me quejo delante de la familia de la carga que suponen las obligaciones domésticas?
15. ¿Tengo enemistad, odio o rencor contra alguien?
16. ¿Evito que las diferencias políticas o profesionales degeneren en indisposición, malquerencia u odio hacia las personas?

17. ¿He hecho daño a otros de palabra o de obra?
18. ¿He practicado, aconsejado o facilitado el grave crimen del aborto?
19. ¿Me he embriagado, bebido con exceso o tomado drogas?
20. ¿He descuidado mi salud? ¿He sido imprudente en la conducción de vehículos?
21. ¿He sido causa de que otros pecasen por mi conversación, mi modo de vestir, mi asistencia a algún espectáculo o con el préstamo de algún libro o revista? ¿He tratado de reparar el escándalo?
22. ¿He sido perezoso en el cumplimiento de mis deberes? ¿Retraso con frecuencia el momento de ponerme a trabajar o a estudiar?
23. ¿He aceptado pensamientos o miradas impuras?
24. ¿He realizado actos impuros? ¿Solo o con otras personas? ¿Del mismo o de distinto sexo? ¿Hice algo para impedir las consecuencias de esas relaciones?
25. Antes de asistir a un espectáculo o de leer un libro, ¿me entero de su calificación moral?
26. ¿He usado indebidamente el matrimonio? ¿Acepto y vivo conforme a la doctrina de la Iglesia en esta materia?
27. ¿He tomado dinero o cosas que no son mías? ¿He restituido o reparado?
28. ¿He engañado a otros cobrando más de lo debido?
29. ¿He malgasto el dinero? ¿Doy limosna según mi posición?
30. ¿He prestado mi apoyo a programas de ac-

ción social y política inmorales y anticristianos?

31. ¿He dicho mentiras? ¿He reparado el daño que haya podido seguirse?
32. ¿He descubierto, sin causa justa, defectos graves de otras personas?
33. ¿He hablado o pensado mal de otros? ¿He calumniado?
34. ¿Soy ejemplar en mi trabajo? ¿Utilizo cosas de la empresa en provecho propio, faltando a la justicia?
35. ¿Estoy dispuesto a sufrir una merma en mi reputación profesional antes de cometer o cooperar formalmente en una injusticia?
36. ¿Me preocupo de influir —con naturalidad y sin respetos humanos— para hacer más cristiano el ambiente a mi alrededor? ¿Sé defender a Cristo y a la doctrina de la Iglesia?
37. ¿Hago el propósito de plantearme más en serio mi formación cristiana y mis relaciones con Dios?

## **ORACIONES DEL CRISTIANO**

### **La Señal de la Santa Cruz**

Por la señal † de la Santa Cruz —de nuestros † enemigos— líbranos, Señor, † Dios nuestro.

En el nombre del Padre, y del Hijo, † y del Espíritu Santo. Amén.



## **El Padrenuestro**

Padre nuestro, que estás en los cielos, santificado sea tu nombre, venga a nosotros tu Reino; hágase tu voluntad, así en la tierra como en el cielo.

El pan nuestro de cada día dánosle hoy; perdónanos nuestras deudas, así como nosotros perdonamos a nuestros deudores; y no nos dejes caer en la tentación; más líbranos del mal, Amén.

## **El Avemaría**

Dios te salve, María; llena eres de gracia; el Señor es contigo; bendita Tú eres entre todas las mujeres, y bendito es el fruto de tu vientre, Jesús.

Santa María, Madre de Dios, ruega por nosotros, pecadores, ahora y en la hora de nuestra muerte. Amén.

## **Gloria**

Gloria al Padre y al Hijo y al Espíritu Santo. Como era en el principio, ahora y siempre, por los siglos de los siglos. Amén.

## **Salve**

Dios te salve, Reina y Madre de misericordia, vida, dulzura y esperanza nuestra; Dios te salve. A Ti llamamos los desterrados hijos de Eva; a Ti suspiramos, gimiendo y llorando, en este valle de lágrimas. Ea, pues, Señora, abogada nuestra, vuelve a nosotros esos tus ojos misericordiosos; y después de este destierro muéstranos a Jesús, fruto bendito de tu vientre. ¡Oh clementísima, oh pia-

dosa, oh dulce Virgen María! Ruega por nosotros, Santa Madre de Dios, para que seamos dignos de alcanzar las promesas de Nuestro Señor Jesucristo. Amén.

## **El Credo**

Creo en Dios Padre todopoderoso, creador del cielo y de la tierra. Creo en Jesucristo, su único Hijo, nuestro Señor, que fue concebido por obra y gracia del Espíritu Santo, nació de Santa María Virgen; padeció bajo el poder de Poncio Pilato, fue crucificado, muerto y sepultado, descendió a los infiernos, al tercer día resucitó de entre los muertos; subió a los cielos y está sentado a la derecha de Dios Padre Todopoderoso; desde allí ha de venir a juzgar a vivos y muertos.

Creo en el Espíritu Santo; la Santa Iglesia Católica, la comunión de los santos; el perdón de los pecados; la resurrección de los muertos; y la vida eterna. Amén.

## **Confesión general**

Yo confieso ante Dios Todopoderoso y ante vosotros, hermanos, que he pecado mucho de pensamiento, palabra, obra y omisión por mi culpa, por mi culpa, por mi gran culpa. Por esto ruego a Santa María siempre Virgen, a los Angeles, a los santos y a vosotros hermanos, que intercedáis por mí ante Dios, nuestro Señor.

## **Acto de contrición**

Señor mío Jesucristo, Dios y Hombre verdadero, Creador, Padre y Redentor mío; por ser Vos



quien sois, Bondad infinita, y porque os amo sobre todas las cosas, me pesa de todo corazón de haberos ofendido; también me pesa porque podéis castigarme con las penas eternas del infierno. Ayudado de vuestra divina gracia, propongo firmemente nunca más pecar, confesarme y cumplir la penitencia que me fuere impuesta. Amén.

## **Los mandamientos de la Ley de Dios**

Los mandamientos de la Ley de Dios son diez:

El primero, amarás a Dios sobre todas las cosas.

El segundo, no tomarás el nombre de Dios en vano.

El tercero, santificarás las fiestas.

El cuarto, honrarás a tu padre y a tu madre.

El quinto, no matarás.

El sexto, no cometerás actos impuros.

El séptimo, no hurtarás.

El octavo, no dirás falso testimonio ni mentirás.

El noveno, no consentirás pensamientos ni deseos impuros.

El décimo, no codiciarás los bienes ajenos.

Estos diez mandamientos se encierran en dos:

Amarás a Dios sobre todas las cosas y al prójimo como a ti mismo por amor de Dios.

## **Los mandamientos de la Santa Madre Iglesia**

Los mandamientos más generales de la Santa Madre Iglesia son cinco:

El primero, oír Misa entera todos los domingos y fiestas de guardar.

El segundo, confesar los pecados mortales al

menos una vez al año y en peligro de muerte y si se ha de comulgar.

El tercero, comulgar por Pascua de Resurrección.

El cuarto, ayunar y abstenerse de comer carne cuando lo manda la Santa Madre Iglesia.

El quinto, ayudar a la Iglesia en sus necesidades.

## **Los Sacramentos**

Los Sacramentos son siete:

El primero, Bautismo.

El segundo, Confirmación.

El tercero, Penitencia.

El cuarto, Eucaristía.

El quinto, Unción de enfermos.

El sexto, Orden Sacerdotal.

El séptimo, Matrimonio.

## INDICE

	<u>Págs.</u>
— A los que leyeren .....	3
<b>LA CONFESION DE LOS PECADOS ..</b>	<b>5</b>
— El sacramento de la penitencia o confesión .....	5
— ¿Qué es pecado? ¿Qué es pecado mortal .....	6
— Necesidad de la confesión. Sus ventajas .....	7
— Pretextos para no confesarse .....	8
— ¿Cómo ha de ser nuestra confesión? ..	15
— ¿Cómo disponerse para la confesión? ..	16
— La misericordia de Dios en la confesión ..	18
— ¿Se puede comulgar sin confesarse antes? .....	19
— ¿Cómo confesarse? .....	19
— ¿Qué nos dice el Vaticano II de la penitencia? .....	20
— Palabras de la absolución .....	21
— Contrición en general .....	21
— Contrición perfecta e imperfecta .....	22
<b>LA SAGRADA COMUNIÓN .....</b>	<b>23</b>
— ¿A quién recibimos en la comunión ..	23
— ¿Cómo hemos de acercarnos a la comunión? .....	24

— ¿Qué promete Jesucristo a los que comulgan? .....	24
— ¿Qué dice San Pablo de la comunión indigna? .....	24
— Significado de la palabra “Amén” ..	25
— ¿Quién puede comulgar todos los días? ..	25
— Palabras del Papa sobre la comunión y confesión .....	26
— Breve examen de conciencia .....	27
— ORACIONES DEL CRISTIANO ...	30

## OTROS LIBROS DEL AUTOR

La Biblia Explicada (Para mejor entenderla) .....	
La Biblia Ilustrada Compendiada .....	
La Biblia más Bella .....	
La Biblia a tu alcance .....	
Curso Bíblico Práctico .....	
Catecismo de la Biblia .....	
Historia Sagrada o de la Salvación .....	
Nuevo Testamento Explicado, con 4 índices: general, alfabético, teológico y errores de las sectas. (Es completo, con versión del original) .....	
Tesoro Bíblico, Teológico .....	
Evangelios y Hechos Ilustrados .....	
Jesús de Nazaret .....	
Dios te Habla (libro bíblico) .....	
El Catecismo Ilustrado .....	
El Catecismo más Bello (Primera Comunión) .....	
El Catecismo Conciliar, en 10 tomitos .....	
Tesoro del Catequista: Astete explicado .....	
El Matrimonio (Preparación y cómo vivirlo) .....	
Bautismo y Confirmación .....	
Catequesis Bíblicas .....	
¿Existe Dios? .....	
¿Existe el Infierno? .....	
¿Existe el Cielo? .....	
¿Quién es Jesucristo? .....	
¿Quién es el Espíritu Santo? .....	
¿Por qué no te confiesas? .....	
¿Por qué no vivir siempre alegres? .....	
¿Seré sacerdote? .....	

El Dios Desconocido .....	
El Camino de la Juventud .....	
El Niño y su educación .....	
El Mundo y sus peligros .....	
El Sagrado Corazón de Jesús .....	
Diccionario de Espiritualidad .....	
Historia de la Iglesia .....	
Vida de San José .....	
Pedro, Primer Papa .....	
Flor de un Convento .....	
Florilegio de Mártires .....	
Somos Peregrinos. Estamos aquí de paso .....	
Vamos de Camino .....	
Tu Camino (Vocacional) .....	
Misionmes Populares .....	
De Pecadores a Santos .....	
Pecador, Dios te espera .....	
Joven, Levántate .....	
Tu Conversión; no la difieras .....	
Siembra el bien .....	
Lágrimas de oro, o el problema del dolor .....	
No pierdas la juventud .....	
Siguiendo la Misa .....	
Visitas al Santísimo (para cada día del mes) .....	
Hablemos con Dios (visitas al Santísimop) .....	
Dios vive entre nosotros (Eucarísticvo) .....	
Las Almas Santas .....	
Errores modernos (comunismo, socialismo marxista) .....	
Marxismo o Cristianismo .....	
Doctrina Protestante y Católica .....	

Para ser Santo .....	
Para ser Sabio .....	
Para ser Feliz .....	
Para ser Apóstol .....	
Para ser Católico Práctico .....	
La Buena Noticia .....	
La Caridad Cristiana .....	
La Bondad de Dios .....	
La Santa Misa explicada .....	
La Virgen María a la luz de la Biblia .....	
La Penitencia, qué valor tiene .....	
La Formación del Corazón .....	
La Formación del Carácter .....	
La Reforma de una Parroquia .....	
La Matanza de los Inocentes (aborto y divorcio) ...	
La Senda Desconocida (La virginidad) .....	
La Cruz y las cruces de la vida .....	
La Religión Verdadera y las diversas sectas .....	
La Edad de la Juventud .....	
Los Diez Mandamientos ¿Qué valor tienen hoy? ...	
Los Grandes Interrogantes de la Religión .....	
Los Santos Padres y Doctores de la Iglesia .....	
Los Testigos de Jehová .....	
Los Males del Mundo .....	
Los Ultimos Tiempos .....	
El más Allá .....	
El Diablo anda suelto .....	
El Valor de la Oración .....	
El Valor de la fe cristiana .....	
El Padrenuestro, la mejor Oración .....	
El Pueblo pide Sacerdotes Santos .....	

Salmos y cánticos comentados conforme el Breviario .....	
La esperanza en la otra vida .....	
La Eucaristía. ¿Para qué oír la Misa? .....	
La educación sexual. ¿Qué decir de la masturbación? .....	
Sepamos perdonar .....	
Vive en gracia .....	
Valor de la limosna .....	
¿Por qué leer la Biblia y cómo leerla? .....	
¿Qué es el Evangelio? El libro más importante de todos .....	
Las virtudes cristianas .....	
Lo que debes saber para ser sabio .....	
¿Qué sabemos de Dios? Respuestas de los sabios ...	
Pensamientos saludables para meditar en todo momento... ..	
¿Qué es un comunista? ¿Es un hijo de Dios? .....	
Cortesía y buenos modales... Reglas de Urbanidad .	